



MutMacher-Gruppe

«So viel von unserem Glück hängt davon ab, wie wir die Welt betrachten»

Auf- und Ausbau resp. Erhalt von persönlichem psychosozialen Wohlbefinden

Diese Gruppe ist für alle gedacht die verstehen wollen, welche oft unbewussten Gedankenmuster und Gefühlsabläufe unseren Alltag steuern. Jeder ist gefragt und kann in wertschätzender Atmosphäre herausfinden, welche Aspekte in der Lebensbewältigung hinderlich sind. Wir können in den Gruppengesprächen mit Hilfe individualpsychologischem Wissen erfassen, wie wir uns gegenseitig behilflich sein können. Wie wir dysfunktionale Haltungen wie z.B. keine Lust zu haben, Angst vor XY zu haben, sich zu dumm zu fühlen um..., sich immer anstrengen zu müssen damit..., Vermeidungsstrategien zu erkennen damit wir nicht... uvm.

Wie kommen wir dazu, neugierig sein zu können, Fehler nicht zu fürchten, sich mit sich und im Leben sicher zu fühlen, Gestalten und Beitragen zu können. Es ist erfrischend zu erkennen, dass es immer wieder ganz einfach sein kann. Ich freue mich auf Ihre Teilnahme und eine erMUTIGende Gruppenerfahrung.

Wo: Barbara Liechi GmbH, Murtenstrasse 4¹, 3270 Aarberg

**Wann: 22.10. / 05.11. / 19.11. / 03.12. / 17.12.2019
von 19.00 – 20.30**

Fr. 25.--/Person – mind. 4 TeilnehmerInnen

¹ Standortänderung vorbehalten



Barbara Liechi GmbH

Individualpsychologische
Beratung und Coaching®

Eidg. dipl. Spitalexpertin HF
Dipl. Individualpsychologische Beraterin AFI
Zertifizierte SYNCHRONIZING®-Coach
Zertifizierte GPI®-Coach

*“Menschen benötigen ErMUTIGung wie Pflanzen Sonnenlicht und Wasser”
(Zitat: Rudolf Dreikurs)*

Anmeldung: barbara.liechi.ip@gmail.com oder +41 79 455 49 64.

Ich bin lebenserfahren, seriös, engagiert, einfühlsam, wertschätzend und klar. Was ich tue, tue ich aus vollster Überzeugung ausgehend solider Aus- und Weiterbildungen in meiner Tätigkeit als psychologische Beraterin auf Basis der Individualpsychologie nach Dr. Alfred Adler (1870-1937).

In meinem Arbeiten geht es um den Menschen und seine individuellen Themen, um professionelle Beratung und Begleitung von Ratsuchenden.

Auswahl möglicher Gesprächsthemen:

- Was beschäftigt mich gerade?
- Themen rund um Partnerschaft/Beziehung
- Wenn alles zu viel wird – wieder Boden unter die Füße bekommen
- Umgang mit den eigenen Emotionen lernen
- Unterstützung in schweren Zeiten; Trennung, Verlust, Krankheit
- In der Mitte des Lebens – was jetzt?
- Probleme am Arbeitsplatz
- Umgang mit Freundschaften
- Umgang mit Veränderungen
- Ich und meine Ursprungsfamilie – was es mit Geschwisterkonstellationen auf sich hat
- ...

Barbara Liechi GmbH
Individualpsychologische Beratung und Coaching
Murtenstrasse 4, 3270 Aarberg

+41 79 455 49 64 / Barbara.liechi.ip@gmail.com / www.barbaraliechi.ch